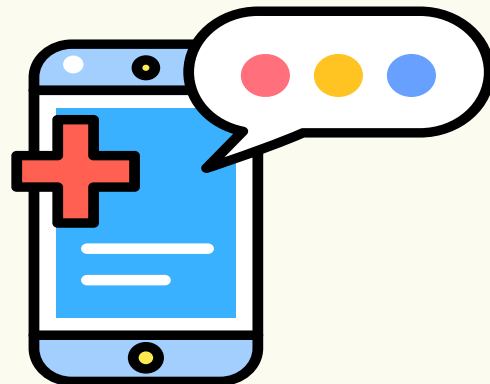




# 4월 보건소식

## 건강상태 자가진단 실시

1. 매일 등교하기 전에 건강상태 자가진단 실시하기
2. **확진 학생 : 자가진단 앱에서** 방역기관 통보내력 입력하기  
초록색 탭을 클릭한 후 확진 일자 입력하고 저장하기
3. 시스템 에러 등으로 접속이 안 되는 경우, 시차를 두고 다시 접속  
그래도 안 될 때, 앱 삭제 후 다시 시도하기
4. 비밀번호를 잊었거나 폰번호 변경 시에 학교로 연락하기



## 세계 보건의 날 [4월 7일]



- 매년 세계보건기구(WHO)에서는 가장 우려하는 보건위생 주제들에 대한
- ☑ 세계의 관심을 갖게 하기 위해 "세계 보건의 날"행사를 합니다.  
올해의 주제는 "기후변화로부터 건강을 지키자"
  - ☑ (Protecting Health from Climate Change)입니다.

'생태계의 건강과 동물의 건강을 지키는 것이 사람의 건강을 지키는 것이기도 하다.'  
위의 사실을 인식하고 이러한 3개의 건강을 하나의 건강이라고 생각해 지켜 나갑시다!

### 건강상식

## 봄철 눈병 예방

**주의** 눈병은 주로 여름에 많이 발생하지만 황사 등의  
영향으로 봄철에도 자주 발생하고 있습니다.

### 알레르기성 결막염

꽃가루나 황사가 원인이며 알레르기성 결막염에 걸리  
면 눈이 심하게 가렵고 충혈되며, 심한 경우엔 눈주위  
가 부어오르기도 하나 전염력은 없습니다.

### 유행성 결막염

보통 눈에 바이러스가 들어간 후 7~10일 정도 후에 발병하게 되며, 일단 한번 발병하게  
되면 평균 2~3주 정도 후에나 회복이 되어 가장 치료기간이 길고 전염력이 강합니다.

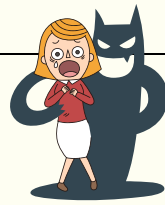


## 봄철 눈병, 예방과 치료

### 👁️👁️ 4가지 행동요령



- 눈을 비비지 말고 외출 후 즉시 손씻기를 시행합니다.
- 가족 중 눈병에 걸린 사람이 있을 경우 세면도구를  
따로 사용합니다.
- 대중식당 등에서 청결에 의심이 가는 물수건으로  
눈을 닦으면 잡균에 의해서 특정 결막염에 걸릴  
수도 있습니다.
- 증상이 심하면 안과에서 처방을 받습니다.



## 디지털 성범죄란?

디지털 매체(소셜네트워크, 카메라, 컴퓨터 등)을 이용하여 개인의 인격권과 성적자기결정권을 침해하는 모든 행위로 현행법으로도 처벌되고 있는 **명백한 성범죄 행위**입니다.

### 어떤 것이 디지털 성범죄일까요?

불법 촬영	유포·재유포	유포협박
신체의 일부, 성관계 장면을 의사에 반하여 촬영	성적 촬영물을 성인사이트, 소셜 미디어 등에 게시	성적촬영물을 주변인에게 유포하겠다고 협박
지하철, 화장실 등 공공장소에 카메라를 설치하여 촬영	지인에게 제공,공유	협박을 빌미로 성행위, 추가 촬영 등 강요
촬영 동의여부와 관계없이 당사자의 의사에 반하여 유포		
합성 제작·유포	수집·구입·저장	사이버 공간 내 성적 괴롭힘
딥페이크 등	불법촬영·유포물, 아동·청소년 성착취물 소지,구입,저장,시청	디지털 성범죄 피해자의 신상 정보 등을 공개적으로 유포
얼굴, 신체이미지 또는 음성을 성적으로 합성·편집·가공		성적 명예훼손 및 모욕

## ❗ 디지털 성폭력 대응법

### 🚨 디지털 성폭력 대응법



- “나”의 안전 확인  
(스마트폰 해킹 당하는 상황이면 GPS를 끄)
- 사진을 요구한다면 사진 전송을 중단하고 도움 요청
- 경찰, 지원 단체 활동가에게 문의
- 수사 증거 수집  
(가해자의 문자, 통화기록, 대화한 앱)



### 증거 남기는 방법

- 문제 사이트의 링크, 주소, 채팅시간, 게시글, 영상, 사진파일 캡처
- 삭제 요청한 증거 캡처  
(삭제되지 않을 시 서비스 제공자에게 책임을 물을 수 있다.)
- 채팅 어플의 메인 파일과 서버저장 파일을 통째로 캡처

## 봄철 조개류 독소 식중독

◆조개류 독소는 매년 3월부터 남해 연안을 중심으로 발생하기 시작해 동·서해안으로 확산되며, 해수온도가 15~17℃일 때 최고치를 나타내다가 18℃이상으로 상승하는 6월 중순 경에는 자연소멸되며, 증상에 따라 마비성, 설사성, 기억상실성 조개류 독소로 구분됩니다.

◆조개류에 축적된 독소는 냉장·냉동하거나 열을 가해도 독소량이 줄어들지 않으므로, 봄철 바닷가에서 조개류를 개인이 임의로 채취해 섭취하는 일이 없도록 주의해야 합니다.